

IMPLEMENTASI KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENANGGULANGI PERILKU MEMBOLOS

**Kadek Suhardita^{1*}, I Dewa Ayu Eka Purba Dharma Tari²,
I Wayan Juliawan³, Karolina Skolastika Wijaya⁴**

^{1,2,3,4} Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, Denpasar, Indonesia

kadeksuhardita@gmail.com ; dewakatra@gmail.com ;
wayanjuliawan86@gmail.com, lastiiskolastika@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to overcome ditching behavior through behavioral counseling with self management techniques in grade XI AP 2 students of SMK Wira Bhakti Denpasar Year 2020/2021 where the number of students targeted by the study amounted to 35 students and 5 of them had ditching behavior. Based on the evaluation results after the implementation of behavioral counseling with self management techniques in cycle I, there was a slight decrease ditching behavior in grade XI AP 2 smk Wira Bhati Denpasar Year 2020/2021 individually 74%to 68% and in groups seen an average decrease of 72.4%. After finding some weaknesses in cycle I then held improvements in cycle II so that there was a decrease in individual ditching behavior 48 % to 52 % and in groups experienced an average decrease of 48 %. Thus, it can be concluded that through the implementation of behavioral counseling with self management techniques are able to disrupt ditching behavior in grade XI AP 2 students of SMK Wira Bhakti Denpasar Year 2020/2021. Based on the results of this study, it is recommended that BK teachers should provide behavioral counseling services with self-management techniques to disrupt ditching behavior in students.

Keywords: Behavioral Counseling, Self Management Techniques, Ditching, Behavior

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menaggulangi perilaku membolos melalui konseling behavioral dengan teknik *self management* pada siswa kelas XI AP 2 SMK Wira Bhakti Denpasar Tahun Pelajaran 2020/2021 dimana jumlah siswa yang menjadi sasaran penelitian berjumlah 35 orang siswa dan 5 diantaranya memiliki perilaku membolos. Berdasarkan hasil evaluasi setelah pelaksanaan konseling behavioral dengan teknik *self management* pada siklus I, terjadi sedikit penurunan perilaku membolos pada siswa kelas XI AP 2 SMK Wira Bhati Denpasar Tahun Pelajaran 2020/2021 secara individu 74 % sampai dengan 68 % dan secara berkelompok terlihat mengalami penurunan rata-rata sebesar 72,4 %. setelah menemukan beberapa kelemahan pada siklus I kemudian diadakan perbaikan pada siklus II sehingga terjadi penurunan perilaku membolos secara individu 48 % sampai dengan 52 % dan secara berkelompok mengalami penurunan rata-rata sebesar 48 %. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa melalui implementasi konseling behavioral dengan teknik *self management* mampu menganggulangi perilaku membolos pada siswa kelas XI AP 2 SMK Wira Bhakti Denpasar Tahun Pelajaran 2020/2021. Berdasarkan hasil penelitian ini disarankan kepada guru BK hendaknya memberikan layanan konseling behavioral dengan teknik *self management* untuk menganggulangi perilaku membolos pada siswa.

Kata kunci: Konseling Behavioral, Teknik Self Management, Perilaku Membolos

PENDAHULUAN

Pada proses perkembangan remaja ada dua hal yang harus dipahami yaitu berhasil dan tidaknya. Ketika pada proses perkembangan remaja itu berhasil maka tahap perkembangan akan menuju ke hal-hal yang positif dan baik. Namun ketika proses perkembangan tidak berhasil atau gagal maka akan terjadi hambatan pada proses perkembangan remaja. Ketika pada proses perkembangan remaja tidak berjalan dengan baik maka akan terjadi berbagai permasalahan pada remaja itu sendiri, misalnya timbul berbagai kasus kenakalan remaja, seperti : bullyng, tawuran, pemerkosaan, pencurian, penyalahgunaan narkoba sampai pada perilaku membolos.

Menurut Prayitno (2006 : 8) tingkah laku negatif bukanlah merupakan ciri perkembangan remaja yang normal, remaja yang berkembang akan memperlihatkan perilaku yang positif. Sesuai hasil pengamatan dilapangan, sebageian remaja sekarang ini cenderung menunjukkan perilaku negatif, salah satunya adalah perilaku membolos dan hal ini cenderung terjadi dikalangan siswa atau peserta didik. Berdasarkan hasil observasi dari analisis DCM (Daftar Cek Masalah) terhadap tingkah

laku siswa yang negative atau menyimpang di SMK Wira Bhakti Denpasar tepatnya di kelas XI AP 2, adapun hasil yang ditemukan diantaranya ; motivasi belajar siswa yang rendah, tidak pergi ke sekolah karena sakit, minat belajar rendah, pergi meninggalkan sekolah pada saat jam pelajaran, siswa kurang perhatian dari keluarganya dan siswa tidak merasa nyaman berada di sekolah serta siswa merasa tidak senang dengan pelajaran tertentu sehingga mengakibatkan anak tersebut membolos.

Perilaku membolos merupakan salah satu perilaku negatif yang terjadi dikalangan siswa. Membolos adalah tingkah laku siswa yang pergi meninggalkan kelas atau sekolah pada jam pelajaran dan tidak terlebih dahulu izin pada pihak sekolah. Perilaku membolos secara umum dapat diartikan sebagai perilaku yang tidak masuk sekolah dengan alasan yang tidak atau ketidakhadiran siswa tanpa alasan yang jelas. (Tutiono, 2016 : 70. Perilaku membolos dikalangan siswa terjadi disetiap situasi baik sekolah secara normal maupun secara online. Seperti realita yang terjadi saat ini, ditengah maraknya penyebaran virus covid-19 siswa diwajibkan untuk sekolah secara

online atau daring. Dari proses sekolah secara online atau daring, tidak dapat dipungkiri terdapat siswa yang tidak mengikutinya karena berbagai alasan, seperti tidak memiliki HP, tidak memiliki paket data, telat bangun pagi, ataupun siswa tidak mengikuti kelas online atau daring tanpa ada keterangan yang jelas.

Jika perilaku membolos seperti yang dikemukakan di atas dibiarkan dan tidak ditanggulangi dengan segera tentu akan membawa kerugian atau dampak yang lebih buruk bagi anak yang bersangkutan serta orang tuanya sendiri. Kerugian nyata yang akan dialami anak adalah menurunnya prestasi belajar karena jarang mengikuti pelajaran, tidak mentaati peraturan sekolah serta tidak peduli dengan urusan sekolah. Ini sejalan dengan jurnal hasil penelitian yang mengatakan bahwa perilaku membolos merupakan perilaku yang akan membawa dampak pada kegagalan dalam belajar seperti gagal dalam ujian dan tidak naik kelas. Selain itu juga membolos akan membawa dampak yang lebih buruk seperti terlibat dalam tawuran, menjadi pecandu obat-obat terlarang bahkan sampai pada pengagum *freesex*. (Andi P. Wijaya, 2019 : 51).

Sesuai dengan kenyataan yang ada, peran bimbingan dan konseling di sekolah memegang tugas dan tanggung jawab yang sangat penting sebagai upaya sistematis, dan objektif, logis dan berkelanjutan serta terprogram yang dilakukan oleh konselor/ guru BK untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik dan membantu memecahkan masalah yang di hadapi oleh peserta didik, agar peserta didik mencapai kemandirian dalam kehidupannya. Selain itu juga, iklim dan lingkungan yang tidak sehat membuat keberadaan bimbingan dan konseling menjadi sangat di butuhkan dan mutlak ada.

Berdasarkan hasil pengamatan di sekolah SMK Wira Bhakti Denpasar tepatnya di kelas XI AP 2, di temukan beberapa orang siswa yang sering datang terlambat dan melarikan diri dari aktivitas sekolah, dengan sengaja meninggalkan pelajaran atau meninggalkan sekolah tanpa izin terlebih dahulu atau tanpa keterangan.

Usaha untuk mengatasi masalah ini sudah dilaksanakan dengan berbagai cara, seperti mendatangkan orang tua/wali untuk bersama membimbing anaknya, menghukumnya (hukuman mendidik). Akan tetapi sebagian besar usaha ini kurang berhasil. Hal ini dapat

dilihat dari dan didukung oleh hasil banyaknya kasus yang ditangani oleh guru BK/ konselor yaitu perilaku membolos. Jika hal ini tidak ditindak lanjuti maka akan mengacu pada perkembangan dan perilaku siswa yang akan bertambah buruk.

Sebagai upaya untuk mengatasi perilaku membolos agar lebih efektif dan efisien, penerapan konseling behavioral yang menekankan pada dimensi kognitif individu dan menawarkan berbagai metode yang berorientasi pada tindakan (*action-oriented*) untuk membantu mengambil langkah dan mengubah tingkah laku individu (*modification behavior*). Pada umumnya remaja sangat senang dan lebih leluasa jika diberi kesempatan bahwa dirinya memiliki potensi untuk berubah kearah lebih baik sehingga teknik *self management* lebih efektif dan efisien diterapkan di konseling behavioral. Seperti penelitian yang mengatakan bahwa teknik *self management* sangat membantu peserta didik dalam mendorong diri sendiri untuk maju, untuk dapat mengukur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai tingkah laku yang lebih baik dalam kehidupan pribadi. (Andi P Wijaya, 2019 : 48).

Self-management adalah proses dimana klien mengarahkan sendiri, perubahan tingkah lakunya dengan strategi terepeutik atau beberapa kombinasi strategi. *Self-management* sebagai kontrol dari respon tertentu melalui stimulus yang dihasilkan dari respon lain pada individu yang sama yaitu melalui stimulus yang dibangkitkan oleh diri sendiri. Layanan konseling behavioral akan membantu para individu dalam memecahkan masalah-masalah pribadi, sosial, seperti masalah hubungan dengan sesama teman, guru, serta staff sekolah, serta permasalahan sifat dan kemampuan diri, penyesuaian diri dengan lingkungan pendidikan dan masyarakat tempat mereka tinggal dan penyelesaian konflik.

Konseling behavioral memiliki ansumsi dasar bahwa bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari, tingkah laku lama dapat di ganti dengan tingkah laku baru. Dan manusia memiliki potensi untuk berperilaku baik atau buruk, tepat atau salah. Selain itu, manusia di pandang sebagai individu yang mampu melakukan refleksi atas tingkah lakunya sendiri, mengatur serta dapat mengontrol perilakunya, dan dapat belajar tingkah laku baru atau dapat mempengaruhi perilaku orang lain (Walker & Shea

dalam Gantina Komalasari & Eka wahyuni, 2011 : 141).

Berdasarkan uraian tersebut diatas, peneliti bermaksud untuk meneliti lebih dalam tentang implementasi konseling behavioral dengan teknik *self management* mampu menanggulangi perilaku membolos siswa kelas XI AP 2 SMK Wira Bhakti Denpasar Tahun Pelajaran 2020/2021

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan pendekatan Penelitian tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) yang bertujuan untuk menanggulangi perilaku membolos XI AP 2 SMK Wira Bhakti Denpasar Tahun Pelajaran 2020/2021. Secara sederhana terdapat beberapa prosedur yang dilaksanakan dalam tindakan yaitu :

1. Menginformasikan rencana kegiatan
2. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya apabila ada yang belum mengerti
3. Melakukan konseling behavioral dengan teknik *self management*, dengan langkah-langkah :
 - a. *Assessment*, langkah awal yang bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika perkembangan klien (untuk mengungkapkan

kesuksesan dan kegagalannya, kekuatan dan kelemahannya, pola hubungan interpersonal, tingkah laku penyesuaian, dan area masalahnya).

- b. *Goal setting*, yaitu tingkah laku merumuskan tujuan konseling. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari langkah *assessment* konselor dan klien menyusun dan merumuskan tujuan yang ingin dalam konseling.
- c. *Technique implementation*, yaitu menentukan dan melaksanakan teknik pengelolaan diri untuk mencapai tingkah laku yang diinginkan yang menjadi tujuan konseling.
- d. *Evaluation termination*, yang melakukan kegiatan penilaian apakah kegiatan konseling yang telah dilaksanakan mengarah dan mencapai hasil sesuai dengan tujuan konseling.
- e. *Feed back*, yaitu memberikan dan menganalisis umpan balik untuk memperbaiki dan meningkatkan proses konseling.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tahap perencanaan

Perencanaan Tindakan, Dalam perencanaan tindakan siklus I, hal-hal yang perlu disiapkan adalah tempat pelaksanaan konseling, satuan layanan bimbingan, pedoman observasi.

2. Tahap pelaksanaan (siklus I)

Pada langkah pelaksanaan tindakan pada konseling ini dilakukan dengan pendekatan konseling behaviorial dengan teknik *self management* yang dilakukan dalam bentuk layanan konseling kelompok dan dibentuk dalam dua siklus. Secara rinci langkah-langkah yang dilalui adalah sebagai berikut :

a) **Persiapan**, Dalam tahapan persiapan tindakan siklus I, hal-hal yang perlu diperhatikan adalah dimana peneliti membina hubungan baik dengan cara menerima penampilan peneliti yang tulus dihadapan siswa dan memahami kondisi konseli secara empatik, peneliti mampu membangun komunikasi yang hangat dan menyenangkan agar siswa tidak merasa bosan dan jenuh sehingga proses konseling dapat berjalan dengan lancar.

b) **Assesmen**, yaitu melakukan penilaian atau analisis terhadap perilaku siswa/konseli dengan berbagai latar belakangnya. *Assesment* juga merupakan Langkah awal yang bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika perkembangan klien (untuk mengungkapkan kesuksesan dan kegagalannya, kekuatan dan kelemahannya, pola hubungan interpersonal, tingkah laku penyesuaian dan area masalahnya). Konselor mendorong klien untuk mengemukakan keadaan yang benar-benar dialaminya pada waktu itu.

c) **Goal Setting**, yaitu tingkah laku merumuskan tujuan konseling. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari langkah *assessment* konselor dan klien menyusun dan merumuskan tujuan yang ingin dicapai dalam konseling. Dalam hal ini antara peneliti dan siswa memiliki kesepakatan untuk tujuan apa yang harus dibangun dalam proses konseling yang akan berjalan yaitu bersama-sama ingin mengubah perilaku maladaptive menjadi adaptif, dari perilaku

membolos menjadi tidak membolos dan lebih disiplin.

d) ***Technique Implementation***

(Implementasi Teknik), yaitu menentukan dan melaksanakan Teknik pengelolaan diri untuk mencapai tingkah laku yang diinginkan yang menjadi tujuan konseling. Adapun langkah-langkahnya antara lain :

- 1) Konselor mengajak dan mempersilahkan konseli untuk menceritakan perilaku membolos yang dilakukannya. Masing-masing siswa menceritakan seberapa sering mereka meninggalkan sekolah tanpa izin terlebih dahulu dengan guru, seberapa banyak kali siswa tidak mengikuti sekolah online tanpa alasan yang jelas, seberapa sering siswa terlambat ke sekolah dan seberapa sering siswa tidak mengikuti pelajaran tertentu.
- 2) Setelah dilaksanakannya tindakan siklus I, konselor mengajak konseli untuk mengevaluasi kemampuan dirinya, apakah ada penurunan pada perilaku membolos

siswa. Seperti misalnya dari yang sebelumnya sering meninggalkan sekolah tanpa izin guru menjadi sedikit berkurang meninggalkan sekolah, yang sebelumnya sering tidak mengikuti sekolah online tanpa alasan yang jelas menjadi sedikit sering mengikuti sekolah online, yang sebelumnya sering terlambat menjadi agak tidak terlambat. Dari hasil evaluasi ini konselor akan melihat perubahan yang terjadi pada siswa. Karena hasil pelaksanaan tindakan siklus I belum menunjukkan hasil yang baik maka selanjutnya akan dilakukan tindakan pada siklus II.

- 3) Setelah dilaksanakannya tindakan siklus I, konselor memberikan kesempatan kepada konseli untuk menilai kemampuan dirinya apakah konseli sudah mampu melaksanakan segala kesepakatan yang telah disepakati diawal konseling, seperti mengurangi segala kebiasaan sering

meninggalkan sekolah tanpa seizing guru, sering tidak mengikuti sekolah online tanpa alasan yang jelas, sering datang terlambat ke sekolah. Dalam hal ini konselor harus bisa melihat apakah tujuan yang ingin dicapai diawal konseling tercapai dengan baik atau tidak.

- 4) Setelah dilaksanakan tindakan siklus I konselor sepenuhnya memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengatur dirinya sendiri. Apakah setelah dilaksanakan tindakan siklus I konseli mampu menjalankan semua kesepakatan yang sudah disepakati bersama yaitu merubah perilaku membolos menjadi tidak membolos. Jika siswa mampu menjalankannya maka tujuan yang diinginkan tercapai. Karena tindakan siklus I hasilnya belum maksimal maka akan kembali dilaksanakan tindakan siklus II agar dapat mencapai tujuan yang ingin dicapai.
- 5) Konselor mengajak konseli untuk merancang

pengkondisian terhadap perilakunya yaitu bagaimana cara untuk mengendalikan diri, membatasi diri dan selalu mengingat tugas utama sebagai seorang siswa serta selalu mengingat setiap konsekuensi dari perilaku negative yang dilakukan dengan mengelola diri mengubah perilaku maladaptive menjadi adaptif.

- e) **Evaluation Termination**, yaitu melakukan kegiatan penilaian apakah kegiatan konseling yang telah dilaksanakan mengarah dan mencapai hasil sesuai dengan tujuan konseling yang telah disepakati dari awal konseling. Setelah dilaksanakan tindakan siklus I adanya sedikit perubahan perilaku pada ke lima siswa yang memiliki perilaku membolos meskipun belum begitu sempurna. Adapun perubahan perilaku yang ditunjukkan adalah sudah tidak sering terlambat ke sekolah, Ketika tidak masuk sekolah selalu berusaha untuk memberitahu guru wali kelas. Dari hasil tindakan siklus I yang masih belum sempurna ini maka selanjutnya akan dilaksanakan tindakan siklus II agar

terjadi perubahan perilaku membolos siswa lebih kompleks.

f) **Feed Back**, konseli menanyakan perasaan siswa saat proses konseling dilaksanakan. Apakah siswa merasa menyenangkan atau malah sebaliknya. Dari proses konseling yang dilaksanakan pada tindakan siklus I siswa merasa baik-baik saja meskipun ada sedikit perasaan takut. Dari perasaan takut yang dirasakan siswa, konselor kembali membuat strategi yang lebih baik lagi agar perasaan takut yang dirasakan konseli hilang.

3. Refleksi

Dari analisis data dan tampilan grafik di atas dapat diketahui bahwa penurunan perilaku membolos pada siswa yang dijadikan kasus belum memenuhi target dari pelayanan konseling. Ada beberapa hal yang belum optimal dilaksanakan baik pada pelaksanaan konseling, konseli nampaknya masih bingung untuk melaksanakan langkah-langkah nyata yang dilaluinya. Konseli belum mengkondisikan lingkungan yang berpengaruh besar terhadap perilakunya. Dalam pelaksanaan rencana oleh konseli, nampaknya banyak kendala yang datang dari berbagai faktor seperti pengaruh

dari teman yang masih susah untuk dilepaskan, faktor sosial, faktor kebiasaan yang masih melekat pada diri siswa yang masih sulit untuk dilepaskan. Dari kelemahan-kelemahan tersebut akan diupayakan perbaikannya pada tindakan siklus II yang dimana pelaksanaannya masih sama seperti siklus I.

3. Tahap pelaksanaan (siklus II)

Pada langkah pelaksanaan tindakan pada konseling ini dilakukan dengan pendekatan konseling behavioral dengan teknik *self management* yang dilakukan dalam bentuk layanan konseling kelompok dan dibentuk dalam dua siklus. Secara rinci langkah-langkah yang dilalui adalah sebagai berikut :

1. Perencanaan

Dalam perencanaan tindakan siklus II, hal-hal yang disiapkan adalah tempat pelaksanaan konseling, satuan layanan bimbingan konseling, pedoman observasi.

2. Pelaksanaan tindakan

Pelaksanaan tindakan siklus II pada dasarnya sama dengan pelaksanaan tindakan siklus I yaitu konseling kelompok dengan Teknik *self management* yang berdasar pada teori konseling behavioral. Kelemahan pada pelaksanaan

konseling tahap I menjadi perhatian baik oleh konselor ataupun konseli. Sebagaimana hasil refleksi siklus I, konseli pengaruh dari teman yang masih susah untuk dilepaskan, faktor sosial, faktor kebiasaan yang masih melekat pada diri siswa yang masih sulit untuk dilepaskan. Secara rinci langkah-langkah yang dilalui adalah

- a) **Persiapan**, Dalam tahapan persiapan tindakan siklus II, hal-hal yang perlu diperhatikan adalah dimana peneliti harus lebih pandai membangun dan membina hubungan, seperti lebih peka terhadap konseli, mendengarkan setiap permasalahan yang diceritakan konseli agar ia merasa lebih diperhatikan dan merasa nyaman, lebih terbuka dalam menceritakan permasalahan yang sedang dihadapi.
- b) **Assessment**, yaitu melakukan penilaian atau analisi terhadap berbagai latar belakangnya. *Assessment* juga merupakan langkah awal yang bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika perkembangan klien (untuk mengungkapkan kesuksesan dan kegagalannya, kekuatan dan

kelemahannya, pola hubungan interpersonal, tingkah laku penyesuaian dan area masalahnya). Konselor mendorong klien untuk mengemukakan keadaan yang benar-benar dialaminya pada waktu itu. Dari pelaksanaan tindakan siklus I perilaku membolos siswa dapat turun rata 11% dari 5 konseli yang diberikan layanan masih terdapat 2 orang siswa yang memiliki perilaku membolos tinggi, sedangkan 3 orang siswa lainnya perilaku membolosnya sudah sedikit menurun menjadi cukup tinggi.

- c) **Goal Setting**, yaitu tingkah laku merumuskan tujuan konseling. Berdasarkan informasi yang telah diperoleh dari langkah *assessment* setelah dilaksanakannya siklus I konselor dan klien menyusun dan merumuskan kembali tujuan yang ingin dicapai dalam konseling.
- d) **Technique Implementation**, yaitu menentukan dan melaksanakan teknik *self management* untuk mencapai

tingkah laku yang diinginkan yang menjadi tujuan konseling. Adapun langkah-langkahnya antar lain :

- 1) Dengan memperhatikan kelemahan ataupun kendala pada tindakan siklus I, di tindakan siklus II konselor kembali menggali lebih dalam tentang perilaku membolos yang dilakukan konseli agar proses konseling yang dilaksanakan dapat mencapai hasil yang lebih maksimal.
- 2) Konselor mengajak konseli untuk mengevaluasi diri berdasarkan tujuan konseling yang ditetapkan. Apakah ada perubahan perilaku pada konseli, seperti misalnya dari yang sebelumnya suka terlambat datang sekolah menjadi tidak terlambat, yang sebelumnya sering tidak mengikuti pelajaran tertentu menjadi sering mengikuti, yang sebelumnya ketika sekolah secara online sering tidak mengikuti menjadi sering mengikuti. Jika masih sedikit terjadi perubahan,

konselor kembali melakukan tindakan agar proses konseling yang dilakukan dapat mencapai tujuan konseling yang sesungguhnya.

- 3) Konselor memberikan kesempatan kepada konseli untuk menilai kemampuan dirinya apakah ada perubahan perilaku pada konseli setelah dilakukan tindakan siklus I. Apakah konseli sudah mampu mengelola diri dengan baik, mengubah perilaku yang sebelumnya membolos menjadi tidak membolos.
- 4) Setelah dilakukan tindakan siklus ke I dan melihat masih sedikit terjadi perubahan perilaku pada konseli, maka dibuatlah tindakan siklus II agar benar-benar terjadinya perubahan perilaku pada diri klien/konseli. Setelah dilakukannya tindakan siklus II konselor kembali memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengatur dirinya sendiri

dalam mencapai tujuan yang ingin dicapai.

Tabel 1 Hasil Observasi Perilaku

No	Nama Siswa	Siklus I		Siklus II		Penurunan %	Kategori
		Skor	%	Skor	%		
1	RH	37	74	24	48	35	Rendah
2	NL	34	68	23	46	32	Rendah
3	MZ	34	68	23	46	32	Rendah
4	KH	37	74	24	48	35	Rendah
5	KD	39	78	26	52	44	Rendah
Jumlah		181	352	120	240	178	Rendah
Rata-rata		36,2	70,4	24	48	35,6	

Membolos Siswa Kelas XI AP 2 SMK Wira Bhakti Denpasar Tahun Pelajaran 2021/2021 Setelah Siklus II

5) Dengan memperhatikan hasil tindakan siklus I konselor mengajak konseli untuk kembali merancang pengkondisian terhadap perilakunya yaitu bagaimana cara untuk mengendalikan diri, membatasi diri dan mengingatkan apa tujuan dari hidupnya serta apa tugas utama dirinya sebagai seorang siswa.

e) *Evaluation Termination*, pelaksanaan konseling pada siklus I belum mencapai hasil yang maksimal. Masih sedikit saja terjadi perubahan perilaku pada konseli. Maka dari itu perlu

dilakukan penindaklanjutan yaitu dengan dilaksanakannya tindakan siklus II agar dapat mencapai hasil yang lebih maksimal.

f) *Feed Back*, yaitu memberikan dan menganalisis umpan balik untuk memperbaiki dan meningkatkan proses konseling. Konselor menyakan kepada konseli tentang perasaan yang dirasakannya setelah melakukan konseling.

4. Refleksi

Dari analisis data dan tampilan grafik perilaku kasus sudah memenuhi target dari pelayanan konseling. Adapun target dari pelaksanaan tindakan adalah dapat diturunkan sampai kategori rendah perilaku membolos yang ditunjukkan siswa. Bila dilihat dari grafik di atas dari 5 orang siswa perilaku membolosnya rendah.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk menanggulangi perilaku membolos melalui implementasi konseling behavioral dengan teknik *self management*. Pelaksanaan tindakan dilaksanakan dalam dua siklus.

Berdasarkan analisis data hasil observasi baik pada siklus I maupun siklus II perilaku membolos siswa dapat ditanggulangi. Penurunan perilaku membolos siswa pada tindakan siklus I belum optimal. Dengan demikian diadakan lagi tindakan perbaikan yang dilakukan pada siklus II. Dari pelaksanaan Tindakan siklus I dan II terjadi penurunan perilakumembolos yaitu pada Tindakan siklus I secara individu 74% sampai dengan 68% dan secara berkelompok 72,4% , sedangkan pada Tindakan siklus II terjadi penurunan 48%-52% dan secara berkelompok terjadi penurunan 48%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa melalui implementasi konseling behavioral dengan Teknik *self management* dapat menanggulangi perilaku membolos siswa kelas XI AP 2 SMK Wira Bhakti Denpasar Tahun Pelajaran 2020/2021.

DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi.2006. *Metode dan Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Aqib. Zainal. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas* : Bandung, Yrama Widya
- Aier, D. (2016). *The School As An Influencing Factor Of Truancy*. International Journal Of Criminology and Sociology, 5, suka.ac.id/ushuluddin/esensia/issue/view/17
- Corey, Gerald. 2013. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung : Refika Aditama
- Damayanti, F.A.,& Setawati, D. 2013. Studi Tentang Perilaku Membolos Pada Siswa SMA Swasta di Surabaya .Jurnal BK UNESA, 3(1), 454-461. Diunduh dari [http://ejournal.unesa.ac.id/article/6487/13/article.pdfEspelage&Swearer.\(200Research on school bullying and victimization: What have we learned and where do we go from here?: Journal of School Psychology Review, 32\(4\), pp 365-384](http://ejournal.unesa.ac.id/article/6487/13/article.pdfEspelage&Swearer.(200Research on school bullying and victimization: What have we learned and where do we go from here?: Journal of School Psychology Review, 32(4), pp 365-384).
- Gunarsa, Singgih. 2012. *Psikologi untuk Membimbing*. Jakarta : PT Gunung Mulia
- Hurlock, Elisabet B. 1980. *Psikologi Perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta : Gramedia
- Hartono & Boy Soedarmadji. *Psikologi Konseling Edisi Revisi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Indayani, A., Sedanayasa, G., & Antarani, N.N.M., 2014 *Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Penguatan Positif Sebagai Upaya Untuk Meminimalisasi Perilaku Membolos* pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Sawangan Tahun

- Pelajaran 2013/2014, e-journal Undiksa Jurusan Bimbingan Dan Konseling Volume: 2 No 1, 1-10
- Januardi, P. 2017. *Pengaruh Konformitas dan Motivasi Belajar untuk Bermain Membolos Pada Remaja SMKN 10 Semarang* : Universitas Negeri Semarang
- Khanisa, S. 2012. *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Menggunakan Teknik Pendekatan Behavior untuk Mengatasi Perilaku Membolos*. Semarang
- Komalasari, Gantina., Wahyuni E. (2011) *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta : PT Indeks
- Prayitno. 2006. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: Angkasa Raya
- Rahmani, Oktaviani (2018) *Faktor Mempengaruhi Kenakalan Remaja pada Siswa MAN 2 Model Pekan Baru*. *Jurnal OF Midwifery Sciens (JOMISI)*Vol.3.NO.2
- Santrock, John W. 2002. *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup*, Edisi Kelima Jilid III. Jakarta Erlangga
- Tutiono, 2016. *Upaya Mengurangi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual dengan Teknik Behavioral Contract pada siswa SMP Negeri 6 Palu*. *Jurnal Konseling dan Psikoedukasi*, 1 910
- Wijaya P. Andi “*Efektifitas Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Kelas X MAN 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019*” *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 2019.h.89
- Wardani,2007. *Penelitian Tindakan Kelas*, Universitas Terbuka